1.1. Beslenmede İslami Ölçüler

Beslenme gerek kaynak gerekse sonuçları itibariyle insanın beden ve ruh sağlığını, üçüncü şahısların haklarını, hatta bazı yönlerden toplumsal düzeni yakından ilgilendirdiğinden bütün dinler gibi İslam da bu konuda ayrıntılı kurallar benimsemiştir. İslam'da besinler ve diğer tüm varlıklar konusunda temel ilke -aksine bir hüküm bulunmadığı sürece- mubahlık/serbestliktir. Yüce Allah Kur'an'da göklerde ve yerde ne varsa hepsini insan için yaratıp onun hizmetine sunduğunu bildirmektedir.[2] Kur'an'da iyi ve temiz şeyler (tayyibât) helal; pis (necis) ve kötü (habâis) şeyler haram kılınmıştır.[3] Besinlerin elde ediliş yöntemi de onu helal veya haram kılan diğer bir ölçüdür. Meşru yolla elde edilenler helal, başkasının hakkına tecavüzü barındırır nitelikteki gayri meşru yolla elde edilenler ise haramdır.

Besinlerin haram kılınması ya (sebebini ancak Allah'ın bildiği) taabbudi temele ya da insan yahut topluma zararlı olması ilkesine dayanır. Bu açıdan bakıldığında cansız varlıkların yenilmesi fıkıhta fayda ve zarar dengesi açısından ele alınmıştır. Tuz gibi öteden beri bilinen ve kullanılan madenlerin tüketilmesinde bir sakınca görülmemiştir. Yenmesi âdet edinilmemiş, vücuda olumsuz etkileri bulunan toprak, çamur gibi maddelerin besin olarak tüketilmesi ise uygun bulunmamıştır. Bitki kökenli gıda maddelerinde haram ve helallik durumu, akıl ve beden sağlığına zarar vermesi noktasından ele alınmış; sarhoş edici özelliğe sahip alkollü içki ve uyuşturucu maddelerin kullanılması haram kılınmıştır. Gıdaların fıkhi hükmü konusunda en ayrıntılı bilgi hayvansal kökenlilerde görülür. Fıkıhta hayvanın cinsinden beslenme şekline, etinin elde edilme yönteminden boğazlayan kişinin dini inancına kadar bütün konulara ilişkin ayrıntılı hükümler vardır.

LİSTELEYELİM

Beslenmede İslami ölçüler:

- Temiz olması
- ...
- ...
- ...

Yukarıdaki noktalı yerlere besnemedeki İslami ölçüleri yazınız.

1.2. Yiyecek ve İçeceklerde Helaller – Haramlar

İslam'da temel ilke "eşyada aslolanın mubah olmasıdır." Bu kural yiyecek ve içecekler için de geçerlidir. Bu sebeple fıkıhta helaller değil haramlar sıralanır. Hangi şeyin helal olduğu değil, hangi şeyin haram olduğu sorulur. Bir şey haram kapsamına girmiyorsa ilke olarak o helaldir. Haram ve helal kılma yetkisi ise yalnızca Yüce Allaha aittir. Bu açıdan bakıldığında Kur'an'da gıda maddelerini yasaklayıcı temel iki ölçüden birinin "pis (necis) ve kötü (habîs) olma durumu, diğerinin ise elde edilme yöntemi veya başka sebeple "haram kılınmışlık" olduğu görülür. Bu çerçeveye giren bütün gıdalar zaruret durumu dışında haramdır. Ancak Kur'an genel nitelikli ölçülerle yetinmemiş, yenilip içilmesi haram olan bazı maddeleri özel olarak saymıştır. Bunlar da bitkisel ve hayvansal kökenli olmak üzere ikiye ayrılır.

Bitkisel Kökenli Maddeler: Kur'an-ı Kerimde özel olarak haram kılındığı bildirilen herhangi bir bitki yoktur. Yasaklananlar, bitkilerin kendileri değil onlardan elde edilen sarhoş edici, uyuşturucu ve zehirleyici özelliğe sahip olup insan sağlığı için zararlı olan ürünler/maddelerdir. Kur'an'da konuyla ilgili dik-

2 Bakara suresi, 29. ayet; Câsiye suresi, 13. ayet.
3 Bakara suresi, 172. ayet; Mâide suresi, 4. ayet; A'râf suresi, 157. ayet.